

# L'après-midi de l'enfant à l'école maternelle

2022



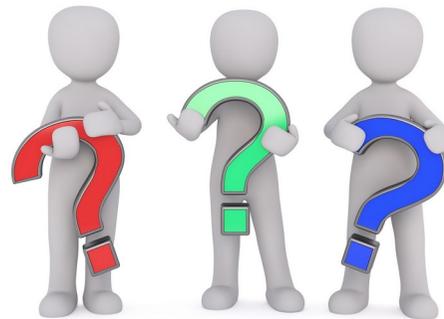
Semaine de l'école  
maternelle du  
département du  
Pas-de-Calais



  
**ACADÉMIE  
DE LILLE**  
*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

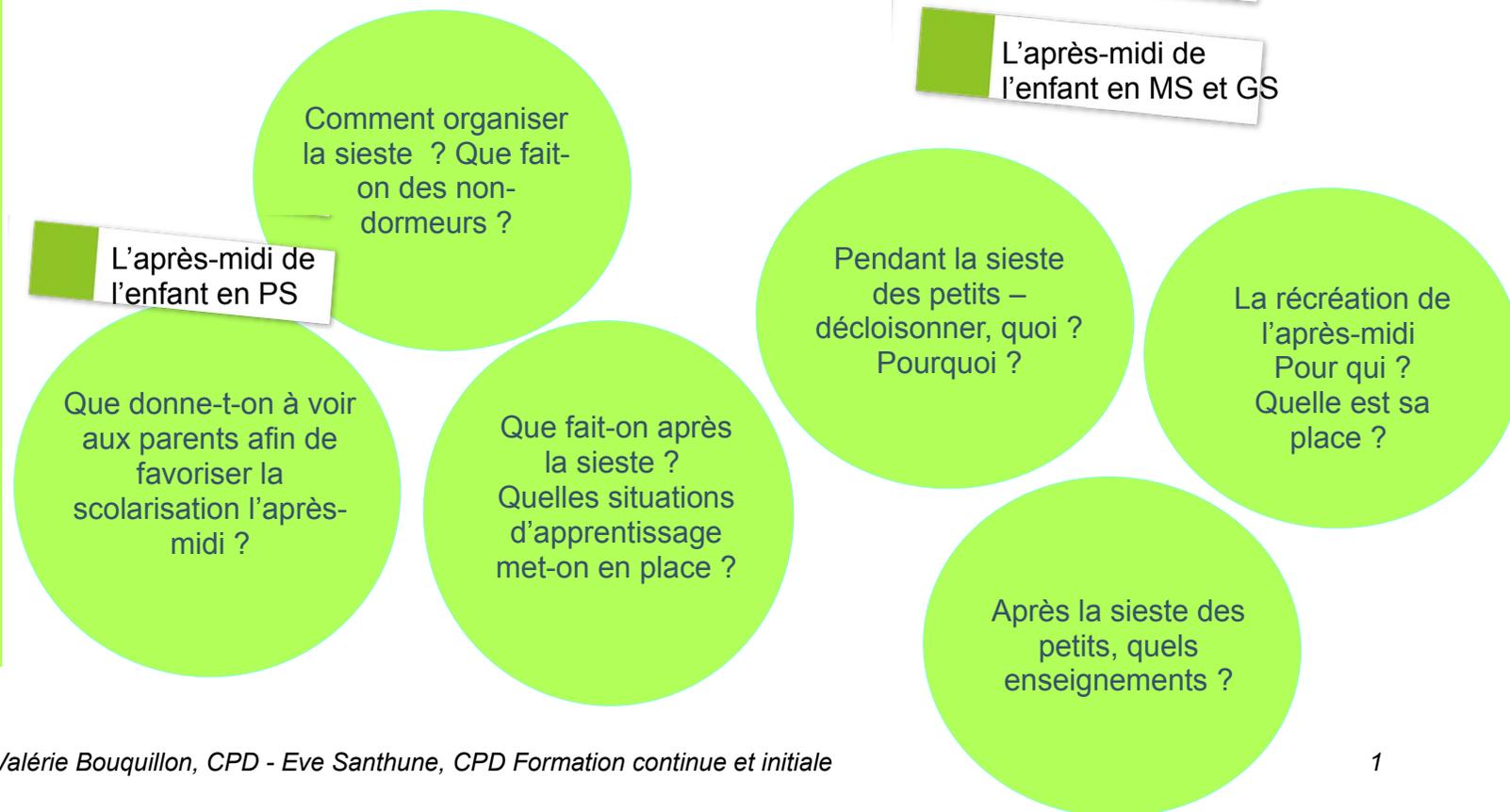
Direction des services départementaux  
de l'éducation nationale  
du Pas-de-Calais

# L'après-midi de l'enfant à l'école maternelle



« Les équipes pédagogiques devront réfléchir à des modalités d'accueil qui concilieront les besoins physiologiques d'un jeune enfant et l'exigence cognitive assignée à l'école maternelle. »  
( ÉTUDE d'impact - Projet de loi pour une école de la confiance - NOR : MENX1828765L/Bleue-1 - 5 décembre 2018)

Que fait-on l'après-midi à l'école maternelle ?  
Est-ce qu'on apprend ? Qu'apprend-on ?  
Que donne-t-on à voir aux parents ?





## L'après-midi en petite section – le temps du repos

Le temps moyen de sommeil par jour entre deux et cinq ans varie entre 12 et 14 heures. La plupart des enfants, jusqu'à l'âge de 4 ans, ont besoin dès la fin du déjeuner d'un temps de sieste d'une durée d'une à deux heures, ce qui correspond à un cycle de sommeil. Il est donc nécessaire de proposer un temps de repos en début d'après-midi qui prime sur tout autre activité à l'école maternelle pour les élèves de petite section. Contrairement à certaines idées reçues, la sieste de l'après-midi ne porte pas préjudice au sommeil nocturne.

La sieste, organisée dans l'école, pour les enfants qui déjeunent à la restauration scolaire gagnerait à être située le plus près possible du repas. Le temps de digestion est essentiel à la santé d'un enfant. A la fin du repas, il n'est pas judicieux de proposer aux enfants un temps trop actif car la digestion doit constituer la seule activité physiologique.

Le moment du lever doit être individualisé durant la période de latence, c'est à dire, au moment où l'enfant s'agite, bouge, se gratte, se tourne, tire sa couverture... Ce moment est propice au lever car il évitera que l'enfant ne commence un nouveau cycle de sommeil.

Un réveil progressif et échelonné respecte le rythme biologique de chaque enfant.

La récréation n'est pas nécessaire après la sieste car les capacités d'attention et de concentration sont optimales pour des activités à fort coût cognitif. Par ailleurs le passage direct du dortoir à l'extérieur (cour de récréation) est à proscrire notamment en période hivernale.



### **La sieste pour tout le monde ?**

La sieste n'est pas obligatoire, même en PS.

Il ne s'agit pas d'imposer la sieste à toute la classe mais de répondre aux besoins et rythme de chacun.

Aux élèves de petite section qui ne se sont pas endormis au bout d'environ 20 minutes, il est nécessaire de proposer une autre activité de détente :

- un matériel particulier peut être mis à disposition de l'enfant dans son lit (livre à toucher, personnage en mousse, peluche, puzzle tactile....)
- un espace dédié au sein même du dortoir
- un espace aménagé dans une classe

Quelle que soit la modalité retenue, pour ces élèves non dormeurs, le choix de l'équipe a un impact sur l'activité de l'enseignant et de l'agent. Ce point est d'autant plus vrai que le nombre d'enfants non dormeurs évoluera au fil de l'année.

Pour les MS, la sieste n'est pas systématique. En début d'année, pour certains enfants, un besoin de sommeil peut être repéré. Dans ce cas, il peut être pertinent de leur proposer un moment de détente et de calme.



### **Pourquoi la sieste à l'école maternelle**

Penser le sommeil des enfants à l'école maternelle, c'est répondre à leurs besoins physiologiques : récupérer, être au calme, s'isoler, se détendre, se relaxer, dormir...

Pendant ce temps de sieste, l'enfant récupère de la fatigue psychique et physique. Certaines hormones peuvent alors être sécrétées favorisant la maturation du système nerveux et assurant la mémorisation des connaissances. Un manque de sommeil engendre des troubles de concentration et d'attention et peut entraîner un comportement agressif (les troubles du sommeil jouent sur la réactivité émotionnelle, l'impulsivité, l'humeur et la capacité de régulation de nos émotions positives et négatives.)

### **Sécurité affective Bien être**

La sieste est un moment sensible qui demande à être réfléchi et accompagné. L'enseignant et l'agent constituent des éléments de référence pour assurer des conditions d'endormissement propice à une mise en confiance. Chaque enfant peut choisir sa place et garder son objet transitionnel (doudou, tétine). Il est important qu'il soit à l'aise pour dormir (enlever les chaussures, vêtement serré...).

L'espace de repos pourra alors être personnalisé.

### **Le dortoir le lieu**

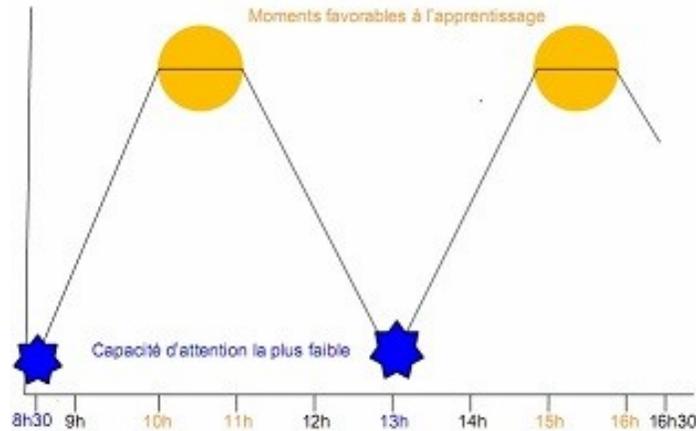
Afin de respecter les besoins physiologiques de chaque enfant, une réflexion en équipe d'école concernant l'emplacement de la section des petits est à mener (proximité avec les sanitaires et le dortoir).

Il est important de penser l'aménagement du dortoir afin de garantir un climat serein, propice à l'endormissement. Une décoration soignée, un éclairage adapté, une ambiance sonore douce facilitent le lâcher prise nécessaire au repos. La position des lits est également un élément important. La proximité d'un mur rassure certains enfants.



# L'après-midi en petite section – après le temps de repos

Evolution de la vigilance dans la journée d'un écolier

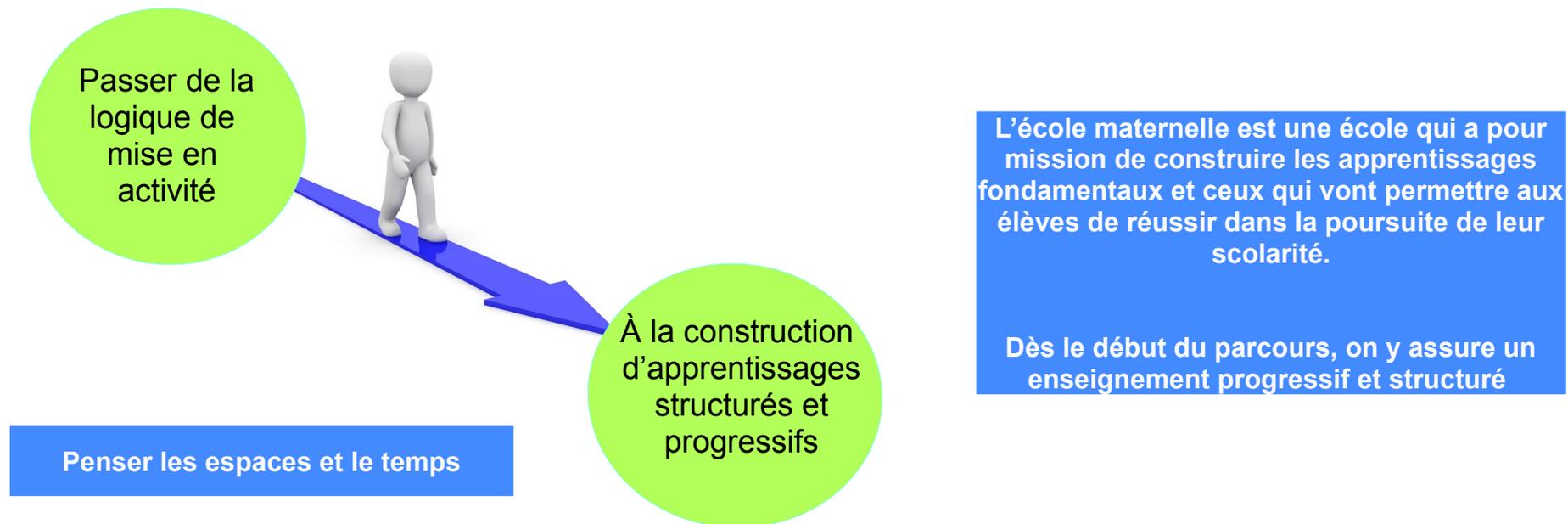


*Rapport INSERM sur les rythmes scolaires janvier 2010*

Penser le temps de l'après midi en petite section, c'est penser l'emploi du temps des élèves de l'école en équipe. Lors du retour progressif des enfants après la sieste dans la classe, l'enseignant proposera des activités calmes propices au réveil cognitif.

Les situations d'apprentissage peuvent reprendre leur cours lorsque les derniers enfants sont réveillés.

Il s'agit de proposer, au moment où les capacités d'attention et de concentration des élèves sont optimales, des temps d'apprentissage exigeants. Après la sieste, les enfants sont disponibles à des enseignements qui mobilisent des capacités cognitives importantes. L'enseignant doit donc se questionner sur le type d'activités proposées et sur les organisations à mettre en place.



L'instruction obligatoire dès 3 ans pose la question de la présence effective à l'école de **tous** les élèves de PS l'après-midi. La scolarisation l'après-midi doit se traduire par une réelle plus-value en terme d'apprentissage par rapport à une après-midi chez une assistante maternelle ou au domicile. Cela questionne donc l'organisation de l'emploi du temps, des espaces et de l'équilibre entre les 5 domaines d'apprentissage.

# Une réflexion qui concerne toute l'équipe



**Passer de la logique individuelle** « ma classe, mes élèves, mon temps »



**À la logique collective** « comment, tous ensemble, au sein de l'école, on mobilise le collectif ? »

Avec l'abaissement de l'instruction obligatoire à 3 ans, les apprentissages se structurent progressivement sur les 3 années du cycle 1 pour établir les fondements éducatifs et pédagogiques sur lesquels s'appuient et se développent les futurs apprentissages.

L'école maternelle est une école bienveillante et aussi ambitieuse.



Quelle organisation retient l'équipe durant le temps de la sieste des petits ?

Qu'entend-t-on par décroïsonnement ?

Quelles organisations ?  
Quels apprentissages ?

Quelle spécificité des grandes sections à effectifs réduits ?

# L'après-midi en moyenne et grande section pendant le temps de repos des petits

## Pourquoi décloisonner ?



Il existe des inégalités dans la maîtrise du langage entre les enfants à l'entrée de l'école maternelle. La prise en compte, dès la petite section, de ces différences est nécessaire pour garantir l'acquisition des fondamentaux.

Une organisation décloisonnée permet de :

- diversifier les modalités d'organisation de la classe.
- prendre en compte la diversité des élèves
- soutenir l'apprentissage
- renforcer des acquis
- stimuler les activités langagières
- observer les stratégies
- privilégier des démarches d'expérimentation, de manipulations
- développer la créativité [accéder au dossier](#)

## Quelle spécificité des grandes sections à effectifs réduits ?

Il n'est pas judicieux de décloisonner car l'effectif est déjà réduit et la prise en charge de l'hétérogénéité est réalisée au sein même de la classe.

## Quelle organisation ?

Durant la sieste des petits, l'enseignant de petite section peut renforcer l'équipe d'enseignants des MS et des GS. La question des élèves de petite section non dormeurs se pose. Leur prise en charge sera variable selon les jours, le moment de l'année et nécessite une réflexion collective.

Les non dormeurs restent-ils au dortoir car un espace spécifique a été aménagé ? Les non dormeurs sont-ils accueillis dans une classe et dans ce cas, quel aménagement et quelles activités calmes et reposantes leur sont proposées ? Selon l'effectif, l'enseignant qui accueille les non dormeurs pourra également prendre en charge un petit groupe de moyens et/ou de grands pour travailler une compétence précise.

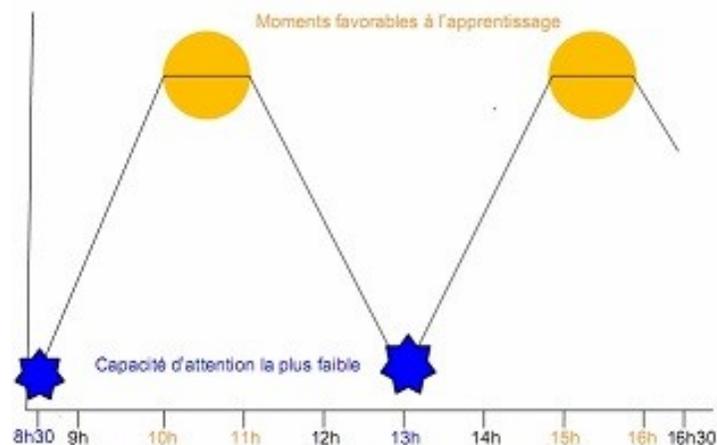
Les enseignants concernés par le décloisonnement peuvent organiser ce temps d'apprentissage dans une classe ou dans un autre espace de l'école (par exemple, la salle de motricité pour des activités de rappel de récit.). La prise en charge de petits groupes n'est pas la seule modalité à investir durant ce temps de décloisonnement : l'équipe peut choisir la co-intervention. Cette modalité permet par exemple à un enseignant d'observer et de faire verbaliser les stratégies et procédures des élèves.



## L'après-midi en moyenne et grande section après la récréation



Evolution de la vigilance dans la journée d'un écolier



Rapport INSERM sur les rythmes scolaires janvier 2010

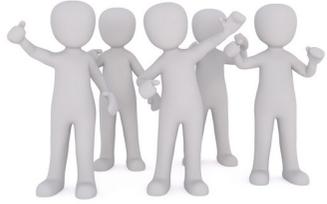
### Quelle activité / situation privilégier sur ce temps ?

Après la récréation et avant la sortie de la classe, il y a possibilité de mettre en œuvre une séance d'apprentissage. A ce moment, la vigilance des enfants est importante, ils sont disponibles pour des apprentissages à haut coût cognitif. Il s'agit donc de ne pas « négliger » ce temps.

Des exemples d'activités à fort coût cognitif :

- planifier et séquencer une tâche – voir le dossier [Fonctions exécutives](#)
- mémoriser et se remémorer
- effectuer un rappel de récit en respectant la chronologie
- investir des activités d'écoute active
- réfléchir à des situations problèmes, de recherche de solutions, de transfert ...

# La première scolarisation : un projet collectif



L'entrée en PS représente pour un grand nombre d'élèves qui n'ont pas fréquenté de structures d'accueil collectif, une première séparation affective. Cela génère de la crainte pour les parents et pour l'enfant. Il appartient à l'équipe pédagogique de l'école de prendre en compte ces angoisses et d'y répondre.

La formalisation d'un projet de première scolarisation, mis en œuvre dès la fin de l'année scolaire qui précède la rentrée, a pour objectif premier de renforcer la connaissance de ce qu'est l'école maternelle et de prendre contact progressivement avec les adultes qui accueilleront l'enfant à l'école. Ce projet prévoit un entretien avec la famille en amont de la première rentrée qui leur permettra de partager avec les enseignants la connaissance qu'ils ont de leur enfant.

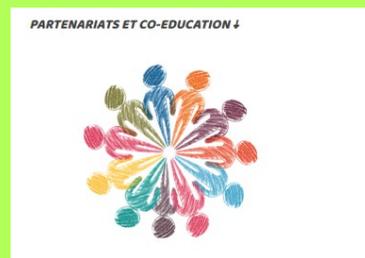
Lors de la première scolarisation, le déroulement de l'après-midi à l'école reste un point à évoquer prioritairement avec les familles de manière à les rassurer sur la bienveillance et la prise en compte des besoins de leur enfant. C'est aussi l'occasion d'explicitier la plus-value de ce qui est proposé à l'école en matière d'apprentissage l'après-midi.

Plus globalement, au sein du projet d'école, des actions liées au développement d'un axe de travail autour de la coéducation facilitent le vécu d'une expérience positive de l'école dès le début du parcours scolaire.

## Retrouver les ressources départementales :



<https://pedagogie62maternelle.site.ac-lille.fr/cat/scolarisation/>



<https://pedagogie62maternelle.site.ac-lille.fr/cat/parteneriat/>



<https://view.genial.ly/613b62c83813e80de0c92a5c/presentation-la-pres-midi-du-jeune-enfant>